研修報告　　鷹尾　則子

【喀痰吸引等研修に参加して】

喀痰吸引や胃ろうを望まれる方が多いことを感じ、技術的な医療を学びたいと考えて参加させていただきました
もちろん大変なこともありましたが、その分自信もつきました。
これからも様々な分野の知識を深めて、役立てていこうと思っています。

「おすすめアロマ&ハーブ

春はデトックスの季節。普段の生活にアロマやハーブを取り入れてみませんか?

<ネトル>

体質改善に良いとされているネトルは浄血作用と造血作用を助けてくれる花粉症対策の強い味方です。

ふつうのお茶と同じように飲んでください。ただし苦味が出ないように抽出時間は3分で茶葉を取り除いてくださいね。

食に関する情報

ご利用者様の体調や状態に合わせた、食事形態にしております。
腎臓食や塩分制限など厳密な食事制限が必要な方は外部への委託となりますので、ご相談ください。

フライパンで簡単!甘酢チキン

材料(3人分)

鶏胸肉	1枚
ショウガ汁	大さじ1
酒	大さじ1
卵	1個
塩コショウ	少々
小麦粉	適量
サラダ油	適量
(甘酢タレ)	
寿司酢(市販)	100cc
だし醤油4倍濃縮	大さじ2
ショウガ汁	大さじ1
玉ねぎ	1/4個

「作り方

1.ナイロン袋に、溶いた卵・酒・ショウガ汁、塩コショウ・カットした鶏胸肉を入れて5分程度おく。
2.鶏胸肉に小麦粉をつける。
3.フライパンにサラダ油を少し多めに入れて、中火で鶏胸肉を両面焼く。
4.甘酢タレを作る。ボウルに寿司酢・4倍濃縮だし醤油・ショウガ汁・スライスした玉ねぎを入れる。
5.焼いた鶏胸肉を、熱いうちに甘酢タレに漬け込んで出来上がり!

4月・5月イベント予定

春祭り
お花見ドライブ
お菓子作り

お問合せ
株式会社里山どんぐり
TEL　089-989-8700
FAX　089-989-8701